

夫道，有情有信，无为无形，可传而不可受，可得而不可见，自本自根，未有天地，自古以固存；神鬼神帝，生天生地，在太极之先而不为高，在六极之下而不为深，先天地生而不为久，长于上古而不为老。

在心物交流互动中生成的

老庄之道

那薇著

北京燕山出版社

在 心 猫 交 流

心 猫 交 流 的 第 一 步

心 猫 交 流



道

此书系北京市社会科学理论著作出版基金资助项目

在心物交流互动中 生成的老庄之道

那薇 著

北京燕山出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

在心物交流互动中生成的老庄之道/那薇著. —北京: 北京燕山出版社, 2008. 3

ISBN 978 - 7 - 5402 - 1954 - 3

I. 在… II. 那… III. 道家—哲学思想—研究
IV. B223. 05

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 027624 号

在心物交流互动中生成的老庄之道

作 者: 那 薇

责任编辑: 马明仁

责任校对: 杨富丽

装帧设计: 海马书装

出版发行: 北京燕山出版社

社 址: 北京市宣武区陶然亭路 53 号

邮 编: 100054

电话传真: 86 - 10 - 65240236 (发行部)

86 - 10 - 65240430 (总编室)

经 销: 各地新华书店

开 本: 787 × 1092 1/16

字 数: 221 千字

印 张: 13.875 印张

版 别: 2008 年 3 月北京第 1 版

印 次: 2008 年 3 月北京第 1 次印刷

燕山版图书, 版权所有, 侵权必究。

燕山版图书, 质量问题可随时退换。

前 言

在日常生活和工作中,人们注重的是有形有名的东西,例如在与人接触时,贫富、贵贱、上下成为衡量的标准;在看待外物时,是否可用、价值高低成为打量的尺度;甚至在教育孩子时,把他培养成什么样的人被放在首要的位置上。在这种思维模式下,人们往往忽略了根本的问题,即人与人、人与物的那种先于感性认识和理性认识的心物之间的往返交流、相互激荡。如果人不把他的心、他的情融契到人与物中,那么关于外界的人与物的任何概括和判断,都会成为无源之水,无本之木。老子和庄子对道的阐释,更多强调了心与物之间的互相融契。当我们的思维模式有所转变,注重将本心本性敞开到他人和外物之中时,将会有意想不到的惊喜。

道家是中国古代哲学主要流派之一。创始人为老子,老子姓李名聃,又名老聃,楚国苦县人,生活于春秋末期,做过周朝的守藏吏(执掌典籍的官吏),对历史文献、历代兴衰治乱颇为精通,孔子曾就礼教问题求教于他。相传《老子》一书为老子所著。庄子是继老子之后最著名的道家思想家,庄子,名周,战国时宋国蒙人,生卒年不详,他曾为漆园吏。《庄子》五十二篇,分内、外、杂篇,大抵寓言。《史记·老子韩非列传》称庄子:“其学无所不窥,然其要本归于老子之言。”传统的见解认为,内篇为庄周所作,外、杂篇为庄子弟子所写。其他道家思想家有关尹、彭蒙、田骈等。道家的著作除了《老子》《庄子》,还有《管子》中的《心术》上、《心术》下、《白心》、《内业》等篇,汉初的《淮南子》、晋朝的《列子》以及1973年长沙马王堆出土的《经法》《道原》《称》《十六经》等。

司马谈在概括道家学派时说:“其术以虚无为本,以因循为用。”(《史记·论六家要旨》)一提到虚无之道,人们习惯把道视为宇宙产生的逻辑开端。按照这种解释,一个有形有名的东西总是有生有死,是有限的,它只能在时

间、空间中存在,它可以被名称界定,因而不能用有形有名的东西去解释永恒存在的道,只有无形无名的东西才会永恒存在。在时间上早于天地,在空间上囊括万物的道不存在于因果链条中,而是产生因果关系的第一因,是宇宙的起源,万物的根据。按照这个解释,道被设想为高悬于万物之外或者之上的开端。道产生了天地万物之后并没有消失,而是参与着万物的生灭变化。这样,道就被描述为在万物背后支撑着万物的逻辑基础和本质。既然是产生万物的起源,不论多么虚无,人们总可以把握它,概括它,描述它,这样的无就不再是无了。即使这个开始和发生是自然的、自发的,那么从绝对的无中如何产生出有,也是一道永远不可解决的难题。

老庄之道有时被解释为极细微的物质元气,它无形无名,一片混沌,是“先天地生”的实实在在的东西,按照这一解释,道是一种有。人们在研究道家的宇宙发生论和本体论时,虽然没有把道看做固定不变的东西,也试图把道解释为具有潜藏的创造力,甚至认为道本身就包含着内在的矛盾,即使这样,道仍然被看做是一个实体,这样被解释的道就不能成为本源和基础。因此把道视为物质实体、精神实体和逻辑前提的任何解释,都违背了道家有无相包、虚实相含的初衷。在老庄研究中,一般把超越物质世界干扰的心灵超升看做与物质、现实、世俗的世界相对立的纯粹精神世界。这种理论认为,人的精神可以超越物质世界的限制,飞跃到精神世界之中,这样的超越意味着存在另外的现成世界。这个现成世界在西方形而上学体系中是上帝,或者是产生天地万物的绝对精神实体。按照这个方向解释,体道的圣人、真人也被描述为具有特立独行的人格形态。我们尝试着换一个角度去解释道家的道,兴许新的解释更符合老庄原意。

作为万物本源和基础的道不是一个在时间上先于万物的混沌元气,不是一个隐藏在万物背后的逻辑根据,也不是能够脱离素朴之心关照和参与的自古以来就存在的天地万物自然社会的客观规律,而是天地万物存在的本然状态。这样的本然状态不可能独立客观地存在着,只有当人以素朴恬淡之心与万物相融相契时,万物才能按其本性存在和运动。因此说,道是至人、圣人、神人以无知无欲之心与天地共运形成的境域,也就是说,至人、神人、圣人心灵的运作敞开了万物按其本然面目契入的空间。道家探询的是先于万物、并且作为天地万物的本源、基础和原初的统一,这个统一是使心物对立成为可能的前提。在心与物原初发生的领域中,没有与心相对而立

的物,也没有独立于物的心。万物是在心物往返交流的一体之境中来相遇照面,是在辽阔清虚、漠然和谐的心境中显现出来的东西。

道家引导人们改变思维方式,不是通常意义上的认识转变,而是引导人们抛弃通常的认识途径,开辟另外的视野。昭昭察察之心返回来的无何有之乡或者“损聪明,弃智虑”开启的场所,不是异于人的生活世界的精神境界,而是人与生俱来的生存根基。外天下,外物,外生不是抛弃原本不属于人的世界,不是创造原本不属于人的东西,而是返璞归真,重新获得根基的过程。道家主张的内在于心,外在于物的超越,不是说人从主体出发向外去寻找解脱之路,或者说人能够居住在内在世界,偶尔把自己的心从内在领域伸展出来去寻找高远玄冥之境,也不是说只有圣人才能够超越。而是说人的存在本身就是超越,人天生就能够让心贯通于万物之中,人的心既是基于自身之此,也是达于万物之彼。在道家那里,彼此、心物、内外原本无二,圆融无碍。圣人与常人的区别不在于是否有这个本心本性,而在于圣人能够守护、体悟着本心本性,常人混迹于熙熙攘攘的世界中,忘掉了本心本性。在道家那里,人与世界之间从来都不存在着间隔,人无须冲破内在领域的限制,跨越横在天人之间的鸿沟,从而达到与主体相对而立的客体。圣人之心不是与世界万物隔膜、异化的纯粹主观,不是可以在冥思苦想、独守孤灯的氛围中执意去修炼的精神境界,而是说只有当圣人把纯粹皓白之心开敞到天地万物之中,随顺着天地万物的生灭变化,圣人才获得存在的基础,才成为圣人。

道家视生死为一如。他们把与生俱来和随死同往都视为依据无知无欲本性展开的生存本身。在道家那里,生死并不是出生和死亡这样的事情,不是供人思考和研究的现象,而是人本真的生存方式。道家所说的生指的是潜藏着无限生命力的人的初始阶段,作为生存方式的死也不出现在生命的终结。道家的出生和死亡总是存在着,对待生,人们无须在时间上往前来推;对待死,人也无须向后去推。正是人每时每刻都怀着出生入死的情愫,才把生命作为有限的过程来把握,才珍惜当前,才有所企求。本真的生死总是当前,对于人总具有当前肯定的意义。动物之所以浑浑噩噩,是由于它们既意识不到生的来临,也感觉不到死的威胁。在道家那里,生死问题不涉及精神与肉体的关系,道家关注的只是精神和肉体对立关系形成之前的混沌领域。在这一领域中,人的本真存在是素朴之心的无限敞开,是不拘执于任

何可能性的无知无欲之心向着宇宙万物的契入。这时的人不把生死作为生命的开始和终结的事情看待,而是以素朴恬淡的本心本性持守在从生至死的生命整个过程中,这样,从生到死就成为人按其本性生存的场所。这种视生死为一如的本心本性蕴涵着无限丰富的可能性,是不知更多也不知更少的无限和无度,是把世界整体、把瞬息万变、把动静无常都包含于自身的统一境域。

道家主张方生方死,也就是说死亡在人的生存路途上无时无刻不在光顾着、参与着人的生存活动,死亡隶属于人的生存。在这个意义上,死亡不是人到临终才碰到的纯粹事件,而是自始至终伴随着人的东西。死亡是这样的可能性,这种可能性对人来说是这样的确定,以至于没有人能够幸免这一厄运;同时又是那样的不确定,以至于它的来临是猝不及防地突然而至。所以,只要人生存着,死亡就是悬在人前头的东西。这个上无君主,下无臣子的本真存在,在人的生存路途上永远不会变成现实的东西,一旦死亡光顾,人的生命也就结束了。

只有当人从自身出发把那个与生俱来不断地维系着人、牵连着人的本性把持住,也就是说,人只有从丧失于常人状态中解脱出来,才能够返回到自己的本真状态,才能够倾听到素朴本性的复苏,能够在天空下、大地上重新体悟天地神人的本然状态,取得在大地上的本真居留,重新赢获与道的本源关系。这种来自于原初的本真自我,通过跨越常人的自身,又重新获得本真自我的过程,就是道家返璞归真的过程,也是人重新拥抱生命的过程。

道家的生死排除了与可能的现成事物的牵涉,切断了对现成事物的追求。这时的人不是作为生存于各种社会关系中的现成的人,也不是从周围环境中把自己突显出来的人。这时的人就是人本身,他处身于其中的万事万物也不是意志投射的对象,而是本然地按其本性存在的东西。生死问题不是彼岸的问题,而是就在此岸,关于此岸、彼岸的任何认识都建立在此岸的原初基础之上。道家从人的出生和死亡来展开人的本真存在状态,就是引导人们去领会出生与死亡状态的那种最本真、无所关联、无可逾越、确定而又不确定的可能性。

人类正处在信息时代,各种言论从四面八方涌来。这些言语源自何方?人们几乎没有思考过。对这类问题的探讨将启发人们以清醒的头脑看待人云亦云、昭昭察察的世俗言谈,引导人们发自肺腑地体验天地神人相互呼应

的天籁之音,以防止在异化中失去人之为人的本质,失去人与自然的和谐。

在通常的认识中,语言是心灵体验的表达,人和万物都被看做能被语言表达、被概念规定的现成东西。语言成为被人使用的工具,人变成了使用语言、驾驭语言的人。本书认为,语言不是表达,而是心物、天人相互呼应的境遇。庄子在谈论无形无名、不可言说的道时,更多的不是强调道作为万物逻辑根据那种飘渺性质,也不是论述产生阴阳二气的元气所具有的神秘性质,而是指在把握人在世界中的素朴存在时日常语言的无奈。当人们经历了损聪明、弃智虑、忘年忘义,当分析、辨别、争辩、表达的语言停止了运作,而别具一格的无心之言、天籁之音仍然在言说着。

道家尤其是庄子,努力为人的生存寻找居留之所,引导人们从通常的语言观念中抽身出来,去冥想、深思语言的发生之所,泰然地聚集到万物的成其自身之中,在语言之说中取得生存、居留之所。庄子把道与无形无名相提并论,把体道抱德圣人的生存与不言之辩、不道之道放在等量齐观的位置上。当语言摆脱了以言辞物为媒介的束缚,真正进入到语言原本的形态中,人也逍遥地游荡于天地之间,人不再把外物视为人类无限攫取的对象,重新思考自己在世界中的位置。研究文学史的专家主要从语言风格上来探讨庄子,中国哲学史的学者用浪漫诗性来概括庄子的语言。本书不从行文、说话的风格以及脱离现实生活的精神境界入手,而从语言作为人的居住之所的角度去探讨语言,让语言、人、万物重新回归到藏天下于天下的本源之中。

目 录

第一篇 生存哲学

第一节 含德之厚比于赤子的坦荡	1
一、无知无欲人之本性	1
二、藏金于山,沉珠于渊的生存	4
三、在心物一体中生存	6
第二节 以心畜天下的宽广胸怀	9
一、以进乎日者的光亮贯通万物之中	9
二、平易恬淡忧患不能入	11
三、以虚静推于天地、通于万物	14
四、用志不分 乃凝于神	17
第三节 道家哲学的宗旨在于生存	20
一、生活世界充满激情和活力	20
二、人在世界中存在是最大的事情	22
三、超凡脱俗和与世周旋的统一	26
四、以无厚入有间的游世	30
第四节 神圣在于寻常	33
一、“致虚极,守静笃”与天地万物为一	34
二、朝彻见独学道	36
三、死生之大无变于己,何况爵禄	40
四、心游神游在无何有之乡	44
第五节 迷误的产生在于人心的贪欲	47
一、没有人的在世就没有判断	48

二、祸莫大于不知足，咎莫大于欲得	51
三、避免迷误在于敞开无偏执之心	56
第六节 生死寿夭大道流行	61
一、庄子妻死鼓盆而歌	61
二、上无君主，下无臣子的骷髅之乐	63
三、孟孙才母死 居丧不哀	67
第七节 在心物一体中体悟生死一如	70
一、方生方死照之于天	70
二、对生死原初把握	73
三、不沾滞利害的生死同状	74
第二篇 心随物动的齐同万物	
第一节 心随万物感受的万物皆一	79
一、道家的道生万物与古希腊的所有都是统一	79
二、在心物一体中体悟人与大地的相互归属	81
三、挫其锐，解其纷的混同状态	84
四、心在万物与多元化	85
第二节 在素朴心性中显露的天地自然	87
一、以人的素朴灵性贯通的天地自然	87
二、辅万物之自然而不敢为	91
三、天地不仁，以万物为刍狗	96
第三节 天地万物的价值在于人心	98
一、或生或死不在于材或不材	98
二、葫芦与不龟手之药的价值何在	100
三、望之畅然的旧国旧都	102
第三篇 心物交融的体悟	
第一节 道是基于心物一体的思悟	106
一、古今中外都有与大朴相遇的体悟	107
二、纯气之守，非知巧果敢	109
三、心游、神游的无何有之乡	111

四、无形无心的象罔能得玄珠	114
五、万物并作,吾以观复的体悟	117
第二节 损聪明、弃智虑的忘	120
一、忘让人进入非同寻常的境域	120
二、似忘其言的真人	123
三、女偶见独中物我皆忘	124
四、制造铍钟的梓庆的忘	127
第三节 齐万物等贵贱的相对主义	129
一、天地一指万物一马	129
二、非彼无我,非我无所取的彼此相因	131
三、喜怒通四时	134
四、在空虚之心中体悟的齐同万物	136
第四节 损聪明、弃智虑的不可知论	139
一、庄子的无动而不变	139
二、不出户,知天下	141
三、庄子的罔两无特操	144
四、知无涯不涉及对客观事物的认识	146
第五节 以神遇而不以目视	149
一、庄子的睹无观妙	149
二、庖丁从见全牛到不见全牛	151
三、为学日益,为道日损	154
四、庄子的象罔寻觅玄珠	155

第四篇 心物相互激荡的天籁之音

第一节 无心之言是心物交融的境域	158
一、在巴别塔修建之前的原初语言	159
二、不言而信,不比而周不是前后相随关系	161
三、孰知不言之辩,不道之道	164
第二节 语言在心物激荡中生成	165
一、得心应手的心物交流	166
二、将仁义放回逍遥于世中	169

第三节 多言数穷不如守中的沉默	172
一、庄子的辩不若默	173
二、目击道存,不可容声	176
三、口辟不能言	178
第四节 在《庄子》中不同语言观的争论	180
一、庄子的巧历不能得	181
二、庄子的“或使”“莫为”	181
三、始于玄冥,反于大通之言	184
第五节 说无心之言是圣人生存的体现	186
一、藏其狂言的老龙吉与说大而无当之言的接輿	187
二、深不可识的善为道者	191
三、相视而笑的莫逆之交	193
四、此予宅——公阅休的生存	196
第五篇 无为之治的政治思想	
一、君主重生爱己以利天下	198
二、君主无知无欲民性自得	201
三、卧则居居,起则于于的至德之世	203
四、以无名之朴镇之	205
参考书目	
中文参考书:	207
德文参考书:	208

第一篇 生存哲学

道家思想是面向生活本身的哲学，道家指导人们如何在现实社会中去过一种契合自然本性的生活，道家的目的是把人从聪明智虑所主宰的状态引回到那个鲜活的玄冥之中，这种玄冥、混同、葆光的境域并不涉及神秘的无意识的心灵深处，也不涉及与大千世界隔绝分离的超越的精神世界，只涉及心游神游、物我两忘、心物交融相契的境域。

第一节 含德之厚比于赤子的坦荡

对人的素朴恬淡本性的阐述是道家哲学的重要组成部分。道家所强调的人性不是那种排除一切物欲的纯粹精神的人格形态，而是说人的本真之性撇弃了现成事物的有形有名的性质，它从来就不是一点儿现成的东西，它是在人与万物成其本身的过程中从始至终展开的人的原初的生存状态。

一、无知无欲人之本性

从古至今诸多的关于人性的探讨往往把人的本质看做赫然显明的，也就是说或者把人视为理性的生物，或者从社会生活中去发掘人的本性，或者把人视为与野蛮人相区别的有教养的人，或者把人视为有灵魂的东西，或者在与动植物的比较中去看待人的本性，或者把人的本性视为善、恶、不善不恶。这些关于人性的看法都是把人的本质作为对象来探讨。

以往对道家人性的分析可分为两个层次：或者从理论出发把人的本性看做没有涂抹任何颜色，如同素帛那样的纯净素朴，或者从时间上去划分先古和当今，远古时代尧舜禹好静勿扰，人民淳朴自然，当今时代统治者肆意扩张自己的私欲，百姓也争巧斗智。对于道家人性的分析不论是从理论还是从时间方面进行，都把人的先天本性看做不沾染杂质的现成的东西，是认识的对象。按照这种认识，仿佛人的本性能够高悬于万事万物之外或之前，仿佛有时人能够把自己的本性寄寓于万物之中，有时又能够把

自己的本性放置在万物之侧，这样的认识并不切合道家的本意。

道家借赤子状态和婴儿之未孩的比喻去描述人的本真之性，新生婴儿虽然已经与母体脱离，成为独立的个体，但他并没有意识到这点。婴儿最早的活动表现了心与物、人与自然的同一。他所感知的既不是具有意识的自己，也不是独立于自己的外物，而是心物、天人未曾分离的混沌状态，老子指出：

载营魄抱一能无离乎，专气致柔，能如婴儿乎（10章）^①？

含德之厚，比于赤子（55章）。

我独泊兮，其未兆，沌沌兮，如婴儿心之未孩兮（20章）。

知其雄，守其雌，为天下谿，为天下谿，常德无离，复归于婴儿（28章）。

庄子指出：

能儿子乎？儿子动不知所为，行不知所之，身若槁木之枝而心若死灰（《庚桑楚》）。^②

若正汝形，一汝视，天和将至，摄汝知，一汝度，神将来舍，德将为汝美，道将为汝居，汝瞳焉如新生之犊无求其故（《知北游》）。

道家崇尚赤子这种混沌迷茫的生存状态，并不是要把感觉智虑并用的成人拉回到不会笑的婴儿状态，况且这种倒退在实践上根本不可能。道家的目的是要提醒人们，一切聪明智虑、分析辨别，一切寿夭、贫富、生死、贵贱的区别都不是根本的原初的东西，既不是自然天地万物本身固有的，也不是人本身固有的。人们应该追根溯源，寻找本质，寻找基础。道家特别重视心物一体中素朴恬淡之心的伸展和敞开，老子指出：“圣人去甚，去奢，去泰”（29章），“我好静，而民自正……我无欲，而民自朴”（57章）；庄子指出：“夫虚静恬淡，寂寞无为者，万物之本也”（《天道》），“夫恬淡寂寞，虚无无为，此天地之本而道德之质也”（《刻意》）；汉初《淮南子》指出：“人性安静，嗜欲乱之”（《俶真训》）^③；西汉末期道家的代表人物严君平指出：“唯无欲者，身为之宅，藏之于心，故曰含

① 书中老子原文、译文均引自陈鼓应：《老子注译及评价》，中华书局，1984年。

② 书中庄子的原文、译文均摘自陈鼓应：《庄子今注今译》，中华书局，1983年。

③ 书中《淮南子》原文均引自《淮南鸿烈集解》，中华书局，1989年。

德”（卷十第一）^①。强调人天性的素朴恬淡、无知无欲不是为了说明人性纯粹、柔弱的现成性质，而是为了说明不论人们是否意识到，在人的整个生命过程中，这种本性都不是作为任何现成的东西，给万千事物增添喜怒爱恶的色彩。好静勿扰、虚静恬淡、寂寞无为，也不是无形无名的客观之道在圣人身上体现出来的脾气和秉性，而是指随顺万物按其本然契合人的本性和心境，这一本性时时刻刻都在发出呼唤，时时刻刻都在伸展和敞开。道家的目的就是引导人们再一次回到本性那里。

道家强调的素朴恬淡的本性不是摆在那里、可以放在眼前供人观察的现成的东西，它从来不会作为自在的东西独立出来。它是不断展开、实现在人的各种各样的生存可能性中，并且与人的形形色色的生存方式一起显露出来。由于这样的本性不是什么现成的东西，人根本无法用通常的方法来把握它，保护它，相反，素朴的本性容易被成见、私欲干扰和遮蔽。按照本真之性生存不是像擦拭镜子那样，为了保持镜子的明亮，需要不断地清除灰尘，而是一个从生到死的不断展开。人只有在世界中生存，只有在向着世界敞开自身时，才谈得上守护本性。

这种与生俱来的人的恬淡素朴的本性总是向人诉说着自己，并且把人呼唤出来，进入到事物的本质中。这种呼唤没有说出什么，没有提供关于人世和天地间的任何消息。人的素朴之性是人原初、先天的存在，只要人存在着，它就不断地展开着这一素朴恬淡的本性，持续地敞开自身，肩负着它的生存，承载着它的本性。这一本性只能够在冥默之中显现，在玄同的境域中被体悟。人的本真的生存既是有，又是无，它存在着，但又不是作为现成的东西存在着。道家尤其是庄子描述了很多具有高超技艺的工匠，例如解牛的庖丁（《养生主》），削木为鐻的梓庆（《达生》），捶制钩带的工匠（《知北游》）。这些描述并不把重点放在怎样才能掌握做事的技巧，以及如何去认识自然万物的客观规律，而是开启另外的思维途径，去说明无企无求、无情无欲之心与万物本然的交相契合，去揭示人与天地万物相融互动的原初的生存方式。道家不是教育人怎样在技术上精益求精，而是引导人怎样才能在日常的生活和工作中去体悟人与物的自然本性，怎样才能重新拥抱天地，融入自然，怎样才能按照本真之性生活。

^① 书中严君平原文均引自《道德真经指归》，《正统道藏》，第20册，1962年。

道家所崇尚的理想人格对世俗表现出不即不离的倾向，他们不会在行为上与世俗习惯处于极端对立的地位，相反，他们能够随波逐流，安居乐俗。庄子书中有这样的故事，尧曾到华地游览，华地守封疆的人说：“啊，圣人，请接受我的祝福！”尧谢绝了他的祝福。守封疆的人说：“长寿、富有、多男孩是大家共同的愿望，而你却不想要，为什么呢？”尧说：“多男孩则多恐惧，富有则多繁事，长寿则多困辱。这三样都不适宜育养德性，因而我拒绝了。”守封疆的人对尧的回答很不以为然，他说：“原来我把你当做圣人看待，现在看你只是个君子。天生万民一定要授予他职事，男孩多而授予他职事，有什么可恐惧的？富有而与他人分享，还有什么繁事？圣人居无常处，心不求食，如鸟飞行而无迹。天下有道，便与众人同昌，天下无道，便修德赋闲。高年厌足于世，解脱人间，随白云飘散，至于虚无之上。生老病死不来搅扰，灾祸不见，还有什么忧患的？”（《天地》）庄子认为：“夫流遁之志，决绝之行，噫，其非至知厚德之任与！”“唯至人乃能游于世而不僻，顺人而不失己”（《外物》）。至知厚德之人不会有流荡忘返的心志，也不会有固执孤异的行为。至人能够游心于世而不偏颇，顺随人情而不丧失自己。

道家撇弃一味向外探求的途径，打开向内涵养的道路。他们认为，爱惜自己生命的人，才能够把天下托付给他，不爱惜自己生命的人，不应该把天下托付给他。君主不应该以爱天下人为己任，反而应该把自己的生命置于高于一切的位置。老子说过，“天地不仁以万物为刍狗，圣人不仁以百姓为刍狗”（5章）。圣人取法于天地自然，天地本来就是存在的，日月本来就是光明的，星辰本来就是罗列的，禽兽本来就是成群的，树木本来就是成长的，这些都不是对人类有意识的偏爱、恩惠和赐与。兼爱无私并不是统治者的理想品格，统治者应该把一切都看成自然而然的，把老百姓看做祭祀用的刍狗，祭祀时使用，并不是爱它，祭扫完毕丢掉，也不是憎恶它。统治者应珍重自己的生命，珍重生命是要过清心寡欲的生活，因而也不会搅扰百姓恬淡的本性、平静的生活，当然更不会破坏社会的平衡和谐。

二、藏金于山，沉珠于渊的生存

人虽然在大地上居留，对这种居留却不以为然，因为人还没有在大地